

Przerwy w śledzeniu informacji o pandemii, podejmowanie przyjemnych aktywności, próby zachowania codziennej rutyny – to niektóre ze sposobów radzenia sobie ze stresem z powodu czasów jakie obecnie przeżywamy.

Reakcja dzieci zależy w dużym stopniu od tego, jak zachowują się dorośli w ich otoczeniu. Rodzice, którzy reagują ze spokojem i pewnością, będą stanowić wsparcie dla swoich dzieci. Dlatego tak ważne jest, by opierać się na sprawdzonych informacjach na temat wirusa.

Nie wszystkie dzieci reagują na stres w ten sam sposób. U najmłodszych można obserwować zwiększoną płaczliwość lub rozdrażnienie, a nawet powrót zachowań, z których dziecko wyrosło, jak moczenie nocne. Wśród innych objawów nadmiernej reakcji stresowej na epidemię eksperci wymieniają: smutek, nasilone zamartwianie się, niezdrowe zachowania dotyczące snu czy jedzenia.

Rodzice mogą pomóc dzieciom w łagodzeniu stresu związanego z pandemią poprzez rozmowę, rzeczowe i przystępne przedstawienie faktów. Ważne jest też, by dać dzieciom poczucie bezpieczeństwa, pozwolić na wyrażenie emocji, takich jak zdenerwowanie, złość, a także podzielić się z nimi własnymi sposobami na rozładowanie stresu. Powinniśmy też starać się podejmować aktywności, które nas rozluźniają i sprawiają nam przyjemność. Specjaliści podkreślają, że dobrze jest też trzymać się dotychczasowej rutyny, jeśli chodzi o codzienne aktywności, a w sytuacji, gdy siedzimy stale w domu stworzyć nowy schemat dnia obejmujący naukę oraz czas wolny.

Kolejny tydzień przed nami, życzę sobie i państwu dużo zdrowia i cierpliwości na nadchodzące dni. Składałam na państwa ręce propozycje zabaw na kolejne dni. Powodzenia!!! Będzie dobrze!!!

Tematem tego tygodnia jest: Dlaczego powietrza nie widać?

20.04.2020 – poniedziałek

Gdzie mieszka powietrze? - temat dnia

1. Poznajemy właściwości powietrza.

- Ćwiczenia oddechowe z balonami. Dziecko dmucha balony. Rodzic bawi się wraz z dzieckiem i głośno zadaje sobie pytanie: „Dlaczego ten balon rośnie”? Proponuje puszczanie nie zawiązanych balonów. Nadmucha jeden balon i zawiązuje go.

2. "Kolorowe balony" – zabawa dydaktyczna z balonami. Rodzic prezentuje dziecku 3 balony w tym samym kolorze, jeden nadmuchany, a inne nie. Pyta, czym się różnią? Jeden balon zostaje nadmuchany do stanu pęknięcia. Następnie pompuje kolejny balon do wielkości pierwszego i zestawia je a po chwili puszcza. Dzieci obserwują wirowanie drugiego balonu i próbują wytłumaczyć dlaczego tak się dzieje. Rodzic pyta: „A gdzie jest teraz powietrze? Czy powietrze można uwięzić? Pompuje balon i go zawiązuje. Rodzic wyjaśnia, że w tej zabawie zawiązany balon to grzeczny balon, powietrze z niego nie ucieka, bo jest szczelnie zamknięte. Balon niezawiązany to urwis, który wirował po pokoju, bo przez otwór bardzo szybko uciekło powietrze.

3. „Gdzie się ukrył balon?” - rodzic zasłania dziecku oczy i chowa po pokoju napompowane balony w różnych kolorach. Dziecko ma za zadanie odnaleźć balony określić jego położenie np. pod stołem, na krześle, obok misia i kolor. Na koniec dziecko liczy balony.

4. Praca plastyczna – nie ukrywam, iż robię tu ukłon w stronę Wojtusia, który nie kryje swojej fascynacji Dinusiami. Dinosaur z balona. Macie już nadmuchane balonu w załączniku znajdziecie szablony do wykoania pracy . Powodzenia!!!



21.04.2020 – wtorek

Powietrze w urządzeniach – temat dnia

1. Czytanie wiersza i nauka na pamięć dla chętnych. Rozmowa na temat wiersza: o czym był wiersz, czy odkurzacz zjadał już dzisiaj śniadanie, czym odżywia się odkurzacz, gdzie odkurzacz je śniadanie. Teraz zwykle sprzątanie nabierze innego wymiaru, już nie odkurzamy a karmimy nasze "domowe zwierzątko".

"Odkurzacz" W. Chotomska

Dzień dobry! –
odkurzacz się kłania.
– Jeszcze nie jadłem
śniadania.
Z głodu mi burczy
w brzuchu,
dajcie mi garść
okruchów.
Dajcie mi trochę
kurzu,
to będzie moje
śniadanie.
– Czy chcesz
przy stole usiąść?
– Dziękuję,
zjem na dywanie.

2. "Odkurzacz" – słuchanie wiersza B. Kołodziejskiego w formie zagadki i masażu. Czytając wiersz rodzic zastępuje słowo odkurzacz innym np. Czyścioszek. Na koniec pytamy dziecko o czy opowiadał wierszyk, kto był jego bohaterem. Możecie zamieniać się rolami na początku rodzic masuje dziecko, a później dziecko masuje rodzica. Powodzenia.

Odkurzacz(B. Kołodziejski)

Szuru szu, szuru szu,

(Przesuwamy dłoń swobodnym ruchem po ciele dziecka)

pan odkurzacz poszedł w ruch.

Jeździ w koło po podłodze,
warczy przy tym bardzo srodze.

Szuru szu, szuru szu,

wjeżdża wszędzie w zakamarki,

(wsuwamy dłoń pod pachę, za kołnierz, we włosy itp.)

czyści też w najmniejsze szparki.

Wszystkie brudy migiem wciąga

(naśladujemy palcami zbieranie okruszków)

i dokładnie pokój sprząta.

Kiedy skończy, zobaczycie,

cały pokój zacznie lśnić,

(głaszczemy dziecko po całym ciele)

a odkurzacz w ciemnym kącie

o sprzątaniu będzie śnić.

(głaszczemy dziecko po głowie, przytulamy się do niego lub kładziemy głowę na jego plecach)

3. Pora się trochę poruszać. Proponuje piosenkę i taniec. Tytuł piosenki „Latający odkurzacz”

[https://chomikuj.pl/puffer_84/Muzyka/Dla+dzieci/Fasolki+-+15+-+Latajacy+odkurzacz,242513547.mp3\(audio\)](https://chomikuj.pl/puffer_84/Muzyka/Dla+dzieci/Fasolki+-+15+-+Latajacy+odkurzacz,242513547.mp3(audio))

22.04.2020 – środa

Kto potrzebuje powietrza? - temat dnia

1. Ruchoma kuleczka – robimy kulkę z papieru. Na stole stawiamy pudełeczko, które będzie naszą bramką. Dziecko ma za zadanie trafienie papierową kuleczką do pudełeczka przy pomocy dmuchania przez rurkę. Zabawa na pewno będzie fajna. Powodzenia.

2. " Co możemy napompować?" - karty pracy 42 – zabawa dydaktyczna. Klasyfikowanie przedmiotów według wybranej cechy, określanie ich przeznaczenia. Jeśli posiadają państwo w domu pompkę to fajnie. Na dywanie kładziemy kilka rzeczy, te które można napompować i kilka takich , których pompować nie trzeba. Niech dzieci je nazwą i podzielą na dwa zbiory. Jeśli posiadacie pompkę pokażcie ją dziecku. Zapytajcie, czy wiedzą co to jest i do czego służy. Napompujcie razem coś, niech dzieci przekonają się na własnej skórze jak to działa. Jeśli nie macie pompki to nie szkodzi. Wykonajcie od razu karty pracy, Wykonajcie kartę pracy nr 42.

3. Ptaki do latania, również potrzebują powietrza. Proponuje wykonać bociana.

Na tej stronie znajdziecie instrukcje krok po kroku. Mój syn swjego nazwał Dziobal i bawił się nim kilka dni.

<https://www.youtube.com/watch?v=OuOWBR54FtI>

23.04.2020 - czwartek

Powietrze gra i pachnie – temat dnia

1. Piosenka pt. "Pięć zmysłów" – na początku tylko słuchamy, kolejny raz słuchamy piosenki próbujemy śpiewać i pokazywać. Chętni uczą się na pamięć.

<https://www.youtube.com/watch?v=MnD7PFCTsVo>

2 Ćwiczenia w wydłużaniu fazy wydechowej na podstawie wiersza E. M. Skorek „Zapachy”.

W miejscach zaznaczonych gwiazdką (*) dzieci wykonują głęboki wdech nosem, a potem powoli wydychają powietrze przez usta. W czasie wdechu usta powinny być zamknięte.

Stoją sobie na półce
flakoniki pachnące,
pachną mamy perfumy
niczym kwiaty na łące.

Zapamiętaj ten zapach,
bo na pewno jest warto.
Wciągnij zapach więc noskiem.
wypuść – buzią otwartą. *

Kiedy mama jest w kuchni
i gotuje pyszności,
w całym domu od razu
zapach potraw zagości.

Zapamiętaj ten zapach,
bo na pewno jest warto.
Wciągnij zapach więc noskiem.
wypuść – buzią otwartą. *

Kiedy idziesz na spacer,
mijas jakąś piekarnię,
zapach świeżych bułeczek
wnet twój nosek ogarnie.

Zapamiętaj ten zapach,
bo na pewno jest warto.
Wciągnij zapach więc noskiem.
wypuść – buzią otwartą. *

Rozmowa z dziećmi na temat wiersza:

- Czym rozpoznajecie zapachy?
- O jakich przyjemnych zapachach była mowa w wierszu?
- Jakie znacie inne przyjemne zapachy?
- Czy znacie jakieś nieprzyjemne zapachy?

2. „Co tak pachnie?” - zagadki zapachowe. Zasłaniamy dziecku oczy i dajemy do powąchania różne rzeczy. Jego zadaniem jest odgadnąć co to jest i określić czy ten zapach jest ładny czy brzydki. Jeśli zapach jest ładny klaszcze w ręce, jeśli zapach jest brzydki robi kwaśną minę i kręci przecząco głową.

24.04.2020 – piątek

Płyną przed siebie wysoko na niebie – temat dnia

1. Piątek – koniec tygodnia. Poruszajmy się trochę. Proponuje piosenki.

Powitanie

Dwie krowy się spotkały /dzieci ustawiają się w parach, witają się/
Rogami przywitały /przykładają palce do głowy imitując rogi/
Krowy bardzo lubią się /klaszcza w ręce partnera/
Do zabawy proszą cię /klaniają się, chwytają się za ręce i tańczą w kółeczku/

Dwa kotki się spotkały /dzieci bawią się analogicznie do pierwszej zwrotki/
Noskami przywitały
Kotki bardzo lubią się
Do zabawy proszą cię

Dwie kaczki się spotkały
Skrzydłami przywitały
Kaczki bardzo lubią się
Do zabawy proszą cię

I dzieci się spotkały
Rączkami przywitały
Dzieci bardzo lubią się
Do zabawy proszą cię



Dzieci lubią gimnastykę

Do przodu krok, do tyłu krok
Pięknie gra muzyka
Do przodu krok, do tyłu krok
To nasza gimnastyka

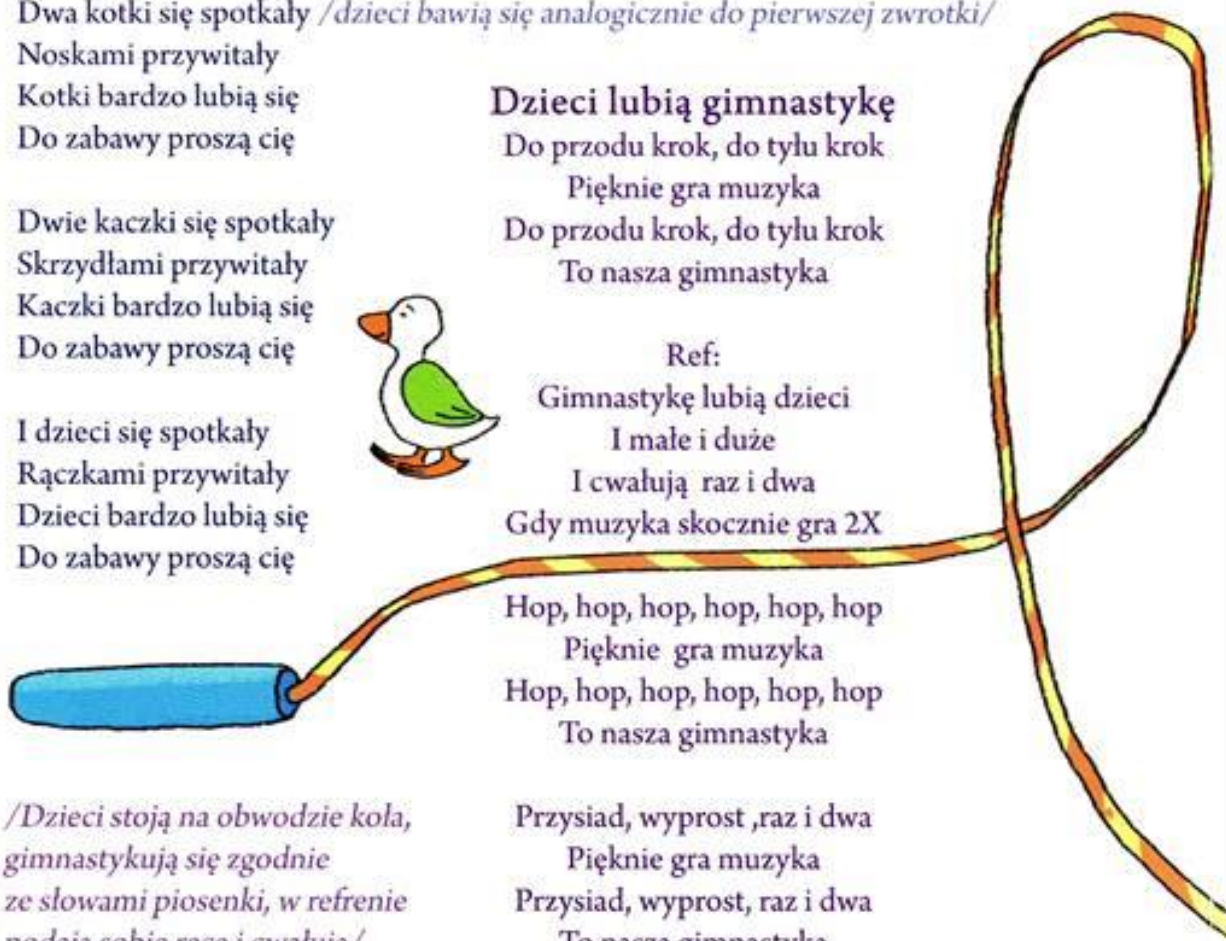
Ref:

Gimnastykę lubią dzieci
I małe i duże
I cwałują raz i dwa
Gdy muzyka skocznie gra 2X

Hop, hop, hop, hop, hop, hop
Pięknie gra muzyka
Hop, hop, hop, hop, hop, hop
To nasza gimnastyka

/Dzieci stoją na obwodzie koła,
gimnastykują się zgodnie
ze słowami piosenki, w refrenie
podają sobie ręce i cwałują/

Przysiad, wyprost, raz i dwa
Pięknie gra muzyka
Przysiad, wyprost, raz i dwa
To nasza gimnastyka



https://www.youtube.com/watch?v=hRcqQrh_rTs - „Powitanie”

<https://www.youtube.com/watch?v=Q3tOW06wTBU> - „Gimnastykę lubią dzieci”

2. Karty pracy nr 43 – praca plastyczna - malowanie palcami. Pokazujemy dziecku na zdjęciach niebo w dzień i niebo w nocy. Rozmawiamy na temat różnic nieba w ciągu dnia i nocy. Możemy poobserwować chmury na niebie za oknem lub np. na balkonie. Możemy ponazywać kształty chmur. Na koniec wykonujemy kartę pracy nr 43. Paluszkami dzieci domalowują na białą obłoczki na niebie za dnia i na żółto gwiazdy nocą.

3. Dzisiaj piątek a więc wspólne gotowanie. Cały tydzień rozmawialiśmy o powietrzu więc i niech nasze danie będzie kojarzyło się z czymś lekkim jak powietrze. Ciasto „Brzoskwiniowa chmurka”

<https://www.youtube.com/watch?v=X1VZXsMogH4>

DLA CHĘTNYCH

Znalazłam w internecie. Może was zainspiruje.

PIŁKA + SZNUREK.

Genialne. Kiedyś na środku Naszej sypialni wisiała Maćkowa kołyska. Na pamiątkę po niej został mi w suficie hak. Na tym haku Matka zawiesza sznurek z przywiązaną miękką, wypełnioną styropianem piłką. Maciek dostaje paletkę, którą kupiłam kiedyś w Biedronce czy innym Lidlu i zaczyna się szaleńcza zabawa w odbijanie piłeczki. Spójrzcie na jego twarz na zdjęciu. Tak wygląda mega szczęśliwe dziecko. UWAGA! Ta zabawa wymaga naszego nadzoru. Istnieje ryzyko, że dziecko zaplącze się w sznurek.

Opracowała: Aneta Krawczyk

Szablon do pracy plastycznej „Dinosaur z balona”

